

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 10.04.25

Согласовано  
Директор школы № 140

| Наименование блюда                                     | Выход (г)     | Калорий-<br>ность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное<br>количество<br>хлебных<br>единиц* |
|--------------------------------------------------------|---------------|-------------------------|-------------|-------------|--------------|-----------------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс</b>                               |               |                         |             |             |              |                                               |
| Масло сливочное                                        | 10            | 66,0                    | 0,1         | 7,3         | 0,1          | 0,01                                          |
| Сыр порционно                                          | 20            | 71,0                    | 4,6         | 5,8         | 0,0          | 0,0                                           |
| Каша молочная пшённая с маслом                         | 200/5         | 207,0                   | 6,4         | 7,6         | 28,3         | 2,8                                           |
| Кисломолочный продукт "Биолакт" 1/100                  | 1 шт          | 75,0                    | 2,8         | 3,2         | 8,0          | 0,8                                           |
| Чай с лимоном                                          | 200/7         | 43,0                    | 0,3         | 0,1         | 10,3         | 1,0                                           |
| Батон, обогащенный йодоказеином                        | 30            | 72,0                    | 2,1         | 0,8         | 15,0         | 1,5                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                               | <b>91,33</b>  | <b>534,0</b>            | <b>16,3</b> | <b>24,8</b> | <b>61,7</b>  | <b>6,1</b>                                    |
| <b>Обед 1-4 класс</b>                                  |               |                         |             |             |              |                                               |
| Суп картофельный с крупой, рыбными консервами, зеленью | 265           | 139,0                   | 4,6         | 5,7         | 17,2         | 1,7                                           |
| Тефтели мясные в соусе томатном                        | 100/50        | 264,0                   | 13,8        | 16,6        | 15,0         | 1,5                                           |
| Рожки отварные                                         | 150           | 178,0                   | 5,4         | 4,9         | 27,9         | 2,8                                           |
| Напиток из шиповника                                   | 200           | 104,0                   | 0,7         | 0,3         | 24,6         | 2,5                                           |
| Хлеб полезный с микроэлементами                        | 30            | 64,0                    | 2,2         | 0,4         | 12,9         | 1,3                                           |
| Батон, обогащенный йодоказеином                        | 39            | 93,0                    | 2,7         | 0,9         | 19,6         | 1,9                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                               | <b>109,60</b> | <b>842,0</b>            | <b>29,4</b> | <b>28,8</b> | <b>117,2</b> | <b>11,7</b>                                   |

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Малышева Г.А.

\* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 10.04.25

Согласовано  
Директор школы № 180

| Наименование блюда                                     | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное количество хлебных единиц* |
|--------------------------------------------------------|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)</b>          |               |                    |             |             |              |                                      |
| Масло сливочное                                        | 10            | 66,0               | 0,1         | 7,3         | 0,1          | 0,01                                 |
| Сыр порционнo                                          | 10            | 35,0               | 2,3         | 2,9         | 0,0          | 0,0                                  |
| Каша молочная пшённая с маслом                         | 200/5         | 199,0              | 6,4         | 6,8         | 28,2         | 2,8                                  |
| Кисломолочный продукт " Б и о л а к т " 1/100          | 1шт           | 75,0               | 2,8         | 3,2         | 8,0          | 0,8                                  |
| Чай с лимоном                                          | 200/7         | 43,0               | 0,3         | 0,1         | 10,3         | 1,0                                  |
| Батон, обогащенный йодоказеином                        | 30            | 72,0               | 2,1         | 0,8         | 15,0         | 1,5                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                               | <b>91,33</b>  | <b>490,0</b>       | <b>14,0</b> | <b>21,1</b> | <b>61,6</b>  | <b>6,1</b>                           |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный/платный)</b>              |               |                    |             |             |              |                                      |
| Суп картофельный с крупой, рыбными консервами, зеленью | 265           | 139,0              | 4,6         | 5,7         | 17,2         | 1,7                                  |
| Тефтели мясные в соусе томатном                        | 100/50        | 264,0              | 13,8        | 16,6        | 15,0         | 1,5                                  |
| Рожки отварные                                         | 180           | 212,0              | 6,5         | 5,7         | 33,5         | 3,4                                  |
| Напиток из шиповника                                   | 200           | 104,0              | 0,7         | 0,3         | 24,6         | 2,5                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами                       | 20            | 42,0               | 1,4         | 0,2         | 8,6          | 0,8                                  |
| Батон, обогащенный йодоказеином                        | 20            | 48,0               | 1,4         | 0,5         | 10,0         | 1,0                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                               | <b>109,60</b> | <b>809,0</b>       | <b>28,4</b> | <b>29,0</b> | <b>108,9</b> | <b>10,9</b>                          |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный/платный)</b>           |               |                    |             |             |              |                                      |
| Компот из груш                                         | 200           | 58,0               | 0,2         | 0,1         | 14,0         | 1,4                                  |
| Пирожок печёный сдобный с картофелем и луком           | 100           | 199,0              | 5,6         | 7,2         | 27,9         | 2,8                                  |
| Я б л о к о                                            | 1шт           | 49,0               | 0,4         | 0,4         | 10,8         | 1,1                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                               | <b>42,25</b>  | <b>306,0</b>       | <b>6,2</b>  | <b>7,7</b>  | <b>52,7</b>  | <b>5,3</b>                           |

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Малышева Г.А.

\* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.